

CONTRIBUIÇÃO DA PSICOTERAPIA EMDR NA FORMAÇÃO PRESBITERAL¹

THE CONTRIBUTION OF EMDR PSYCHOTHERAPY TO PRIESTLY FORMATION

Fabiano Maurício Dantas²

Gilma Chaves da Silva Tavares³

Uatos Pires Pereira⁴

Resumo: O presente trabalho busca analisar as contribuições da psicoterapia EMDR na Formação Presbiteral. Para isso, será apresentada uma visão panorâmica desse processo, considerando a realidade da sociedade contemporânea, a partir da ótica de Zygmunt Bauman. Posto isso, o EMDR será contextualizado enquanto prática psicoterapêutica que foi criada pela psicóloga e educadora norte-americana Francine Shapiro, que percebeu a eficácia dos movimentos oculares no reprocessamento de traumas. Tendo como base que os jovens que ingressam no seminário podem carregar experiências traumáticas do passado ou podem adquiri-las no decorrer do processo formativo, serão apresentados meios para a aplicação dessa psicoterapia no seminário. Como instrumento metodológico, esta pesquisa se fundamenta na revisão-bibliográfica de fontes que corroboram para o aprofundamento da temática pesquisada.

Palavras-chave: Psicologia. Seminário. Maturidade. Saúde Mental.

Abstract: The present work seeks to analyze the contributions of EMDR psychotherapy in Presbyteral Formation. For this, a panoramic view of this process will be presented, considering the reality of contemporary society, from the perspective of Zygmunt Bauman. That said, EMDR will be contextualized as a psychotherapeutic practice that was created by American psychologist and educator Francine Shapiro, who realized the effectiveness of eye movements in trauma reprocessing. Based on the fact that young people who enter the seminar can carry traumatic experiences from the past or can acquire them during the training process, the means for applying this psychotherapy in the seminar will be presented. As a methodological instrument, this research is based on the bibliographic review of sources that corroborate the deepening of the researched theme.

Keywords: Psychology. Seminar. Maturity. Mental Health.

Introdução

A abordagem Dessensibilização e Reprocessamento por meio de movimentos oculares (EMDR) é um tipo de Psicoterapia que tem se destacado pela sua eficácia e pelos resultados

¹Artigo recebido em 21 out. 2023 e aprovado para publicação em 14 dez. 2023. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10736598>.

²Mestre em Teologia Bíblica pela Pontificia Università Gregoriana (Roma-Itália); presbítero da Diocese de Caicó (RN); e-mail: pefabiano@gmail.com.

³Especialista em Saúde Mental, com ênfase em Dependência Química, Família e Comunidade, pela UNIFTC (BA); psicóloga clínica e psicoterapeuta EMDR e Brainspotting; e-mail: gilmachaves.psi@gmail.com.

⁴ Especialista em Teologia Pastoral pela PUC Minas (MG); especialista em Juventude no Mundo Contemporâneo pela FAJE (MG); presbítero da Arquidiocese de Vitória da Conquista (BA); e-mail: uatos@icloud.com.

positivos alcançados em diversos contextos, contribuindo para a resolução de dificuldades emocionais, bem como no desenvolvimento de ações futuras de forma saudável e positiva. Nesse sentido, pensando no acolhimento e na preparação de jovens que adentram no seminário, compreendemos que esse modelo de ajuda psicológica pode beneficiá-los no sentido de ajudá-los a vencerem seus conflitos internos, favorecendo a maturidade vocacional.

Um jovem que se sente chamado por Deus para a vocação presbiteral, após o acompanhamento em sua comunidade de origem, é encaminhado para o Seminário ou para Casa de Formação, a fim de aprofundar o caminho do discernimento. Esse itinerário está fundado em quatro dimensões: humana, espiritual, intelectual e pastoral. A partir dessas dimensões, a Igreja busca formar pessoas maduras para abraçar o ministério ordenado.

As dimensões citadas têm, por intuito, proporcionar a formação integral do candidato ao presbiterato, visto que o padre precisa ser um homem de comunhão, e, para isso, ele deve estar integrado consigo mesmo, com Deus e com o próximo. Na contemporaneidade, esse objetivo da formação tem se tornado cada vez mais difícil de ser alcançado, uma vez que vivemos tempos de fragmentação e instantaneidade.

Tendo ciência da amplitude que é a formação presbiteral, este trabalho tem por finalidade dar uma palavra iluminadora acerca da dimensão humana. Essa palavra diz respeito ao uso da terapia EMDR no Seminário. Não queremos apontar a solução definitiva para os enormes desafios que a formação encontra para aperfeiçoar a dimensão humana, mas pretendemos apontar um caminho possível para iniciar um trabalho de integração dos formandos.

Escolhemos a dimensão humana por considerar que, antes de tudo, o formando é um ser humano. Partindo desse pressuposto, reconhecemos que seja prudente iniciar o labor formativo trabalhando a humanidade da pessoa que, por muitas vezes, se encontra ferida por experiências anteriores à entrada no seminário. Não é objetivo desta pesquisa sobrepor a dimensão humana às outras, mas, com humildade, apontá-la como base para edificação das demais. Uma humanidade sadia vai desembocar em uma vida espiritual fecunda, uma vida intelectual produtiva e uma missão profícua.

De início, será preciso ter uma visão panorâmica do contexto social que vivemos e como isso impacta na vida dos seminaristas. O seminário/casa de formação não é uma bolha social em que os seus membros são imunes às chagas da contemporaneidade, eles são chamados no mundo. Por isso, é preciso entender o contexto atual para formular o programa formativo, pois, caso contrário pode-se elaborar até um bom plano, mas sem muita eficácia, visto que não se levou em consideração o público-alvo.

No segundo momento deste artigo, será apontada a relação entre a formação presbiteral e a psicologia, referindo à importância dessa ciência para o bom êxito do processo formativo. Após isso, aprofundando essa temática, será apresentada a psicoterapia EMDR com sua historicidade e eficácia no tratamento de traumas. Na sequência, apontaremos algumas intuições de como esse método pode ajudar, especificamente, no processo de formação. Essas intuições não têm a intenção de serem definidoras, mas de apontar para uma possível aplicação dessa terapia na formação presbiteral.

Em suma, este trabalho visa ser um sinal de esperança no cultivo da dimensão humana no processo formativo. Sabendo da amplitude dessa dimensão e da integralidade com as demais dimensões da formação, apontamos a psicologia como uma ciência capaz de auxiliar na formação, tendo o EMDR como uma potência iluminadora da história dos formandos que buscam se configurarem na pessoa de Jesus Cristo.

1 Um olhar sobre a realidade

Os jovens que ingressam no processo formativo presbiteral não “caem do céu”, eles são enviados pelas comunidades eclesiais que estão inseridas no mundo⁵. Por isso, é imprescindível levar em consideração uma avaliação acurada do contexto social contemporâneo para entender como isso impacta os candidatos ao presbiterato na atualidade (*Diretrizes para formação dos presbíteros da Igreja no Brasil*, n. 6-27).

Talvez seja relevante reconsiderarmos o itinerário formativo dos jovens seminaristas, pensando em seu começo não no propedêutico, mas na família (*Documento de Aparecida*, n. 314). Negligenciar ou colocar em segundo plano o percurso anterior à entrada no Seminário pode dificultar a eficácia do processo formativo. Muitas das situações comportamentais que são apresentadas no decorrer da formação têm suas raízes no passado do formando, sendo que algumas dessas raízes nem a própria pessoa tem consciência.

1.1 Uma palavra de Bauman sobre o mundo contemporâneo

Para auxiliar na compreensão da sociedade contemporânea, lançamos mão do pensamento do sociólogo polonês Zygmunt Bauman, cujas intuições nos ajudam a entender

⁵ Cf. VATICAN NEWS. **O Papa:** o seminário é o tempo de ser verdadeiros, deixando cair as máscaras. Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/papa/news/2023-03/papa-francisco-encontro-seminaristas-calabria-tempo-mascaras.html>. Acesso em: 10 abr. 2023.

melhor a realidade atual em que estamos inseridos, sobretudo, os jovens que chegam ao seminário.

Para Bauman, a contemporaneidade é caracterizada pela ansiedade (Bauman, 2000, p. 148). Há uma procura constante por respostas e definições, mas as especulações permanecem no campo da incerteza⁶, posto que as pessoas se mostram muito angustiadas, e suas angústias se estendem por todos os campos da vida: financeiro, estético, religioso, acadêmico etc. Segundo o sociólogo polonês, essa angústia é fruto da vastidão de possibilidades que são apresentadas ao homem, quando, na verdade, o poder de escolha é limitado, apesar de apresentado como infinito pelo marketing.

Segundo Bauman, a sociedade atual pode ser definida como:

[...] uma versão individualizada e privatizada da modernidade, e o peso da trama dos padrões e as responsabilidades pelo fracasso caem principalmente sobre os ombros dos indivíduos. Chegou a vez da liquefação dos padrões de dependência e interação. Eles são agora maleáveis a um ponto que as gerações passadas não experimentaram e nem poderiam imaginar (Bauman, 2001, p. 15).

As mudanças são constantes na contemporaneidade, e suas consequências são inevitáveis para os indivíduos. Nesses tempos instáveis, o indivíduo ganha centralidade, pois tudo ao seu redor se liquefaz constantemente, na velocidade de um sinal eletrônico. A instantaneidade é marca registrada da *modernidade líquida*, a cada instante um novo produto é lançado no mercado e os indivíduos são levados a se refazerem em função dos novos lançamentos, pois consumir é a lei maior.

Na lógica do consumo, até as relações humanas tornam-se produto a ser comercializado. “Laços e parcerias tendem a ser vistos e tratados como coisas a serem *consumidas*, e não produzidas; estão sujeitas aos mesmos critérios de avaliação de todos os objetos de consumo” (Bauman, 2001, p. 205). As pessoas passam a ser dimensionadas pela utilidade que têm e não pelo que são. Ao deixarem de ser úteis ou causarem algum problema, são descartadas como um objeto que se tornou obsoleto. É o que se observa nas redes sociais, espaço extremamente fluido.

Nas redes sociais, milhares de pessoas relacionam-se virtualmente, sem a obrigação da solidez dos vínculos. Os conflitos são “facilmente” resolvidos, pois as pessoas ou os perfis podem ser constantemente adicionados ou excluídos, mudando apenas o número de amigos virtuais, pois com um click, uma amizade pode ser desfeita ou acrescentada. Além disso, a

⁶ “[...] A incerteza não é algo que *reparamos*, mas algo que *criamos* e criamos de modo novo e em maior quantidade, e *criamos através dos esforços para repará-la*” (Bauman, 2000, p. 150).

multiplicidade de amigos ou seguidores elimina a obrigação de dar atenção a cada um deles. Notamos nesse tipo de comportamento um isolamento do indivíduo que, mesmo sendo seguido por milhares de pessoas, sente-se sozinho em meio à liquidez da existência.

1.2 Observando os sintomas para se chegar às causas

Não é raro observarmos alguns comportamentos nos jovens que chegam ao seminário, como por exemplo: autoritarismo, dificuldade em conviver em comunidade, tendência ao isolamento, perfeccionismo, crises de ansiedade, problemas com hierarquia, excesso de desconfiança, entre tantos outros. Esses comportamentos não podem ser negligenciados, muito menos analisados de forma isolada, é preciso entender um pouco da história do jovem para poder ajudá-lo. Às vezes, dispensá-lo seja o caminho mais fácil, mas pode não ser o mais humano.

Muitos dos “problemas” que os formandos apresentam no decorrer da caminhada formativa podem ser compreendidos com algumas visitas aos seus familiares, sobretudo, do seu núcleo familiar mais próximo. Talvez, o autoritarismo foi ensinado; a ausência ou o abandono paterno pode levar a repulsa da figura de autoridade; o perfeccionismo pode ser por excesso de exigência em casa. Aqui parece ser válido aquele dito popular “casa de pais, escola de filhos”.

No campo da sexualidade, a necessidade da escuta faz-se ainda mais importante. Em um tempo tão fragmentado e de tamanho imediatismo, a opção permanente do celibato nem sempre é compreendida pelos formandos na intensidade que se exige. Em grande parte das famílias, esse tema é um tabu, não se comenta, faz-se de conta que não existe. Não podemos deixar de lado a triste realidade dos abusos sexuais que atingem uma parcela significativa das famílias. O Seminário não está isento de acolher alguém que foi vítima de um abuso sexual em casa ou por alguém próximo. Dessa forma, como exigir de uma pessoa ferida na sexualidade que faça uma opção tão sublime como o celibato, sem antes tratar dessa chaga?

Se olharmos para a figura do Bom Pastor, percebemos que Cristo sempre cuida da ovelha ferida para depois colocá-la no aprisco para que ela seja capaz de corresponder às exigências da vida. Para cuidar de uma ferida, é preciso saber o grau de gravidade dela. Por isso, os métodos devem ser personalizados, posto que as pessoas são irrepetíveis, a arte de formar/cuidar exige muito, pois não é somente teórica, mas empática, é necessário perceber o formando antes de tudo como humano e tratá-lo como tal, sem negar sua história. É imprescindível dizer que só teremos bons pastores se tivermos bons seres humanos.

Na caminhada discipular, Jesus chamou homens com limitações; Ele poderia ter escolhido os perfeitos, mas se assim o fizesse não teria sido um mestre. O bom mestre não é aquele que escolhe discípulos perfeitos, mas o que os aperfeiçoa no caminho. O Seminário é uma escola discipular onde o formando precisa se configurar na pessoa de Jesus sem perder a sua identidade, pois se perdê-la não será discípulo, mas uma cópia do mestre.

1.3 Para ser presbítero é preciso ser humano

Uma exigência fundamental para a admissão ao Sacramento da Ordem é que o candidato seja um ser humano, pois não se ordena anjos. Jesus chamou seres humanos para o seu discipulado, e os presbíteros são colaboradores da missão apostólica dos bispos. Por esse motivo, o seminário deve ser uma escola de humanidade. O Papa Francisco já nos ensina que:

Um sacerdote pode ser muito disciplinado, pode ser capaz de explicar bem a teologia, até a filosofia e muitas coisas. Mas se não for humano, não será útil. Que saia para ser professor. Mas se não for humano, não poderá ser sacerdote: falta-lhe algo. Falta-lhe a língua? Não, consegue falar. Falta-lhe o coração; peritos em humanidade! (Francisco, 2021)⁷.

Infelizmente, às vezes essa humanidade tão necessária não é bem compreendida. Não é raro encontrarmos jovens que imaginam o seminário como uma estrutura angelical. Isso parece bonito, mas é perigoso, pois para atingir este *status*, a pessoa pode negar a sua humanidade. Um sinal visível desse problema é o desenvolvimento do escrúpulo, o medo do pecado torna-se tão grande que a pessoa fica paralisada e adocece.

Negar a humanidade⁸ é um caminho de afastamento de Deus, pois é no *adama* - no barro da humanidade – que a graça de Deus age. No processo kenótico da encarnação, o Verbo assumiu a humanidade sem medo, acreditamos poder afirmar que esse foi o maior processo de humanização da história, pois Deus se fez homem.

⁷ FRANCISCO, Papa. **Discurso do Papa Francisco à Comunidade Do Pontifício Seminário Regional Das Marcas Pio XI.** Disponível em: https://www.vatican.va/content/francesco/pt/speeches/2021/june/documents/papafrancesco_20210610_seminario-ancona.html. Acesso em: 30 maio 2023.

⁸ Em 10 de junho de 2021, no seu discurso à comunidade do Pontifício Seminário Regional das Marcas Pio XI, o Papa Francisco advertiu sobre esse risco: “Em primeiro lugar, não vos afasteis da vossa humanidade, não deixeis fora da porta do Seminário a complexidade do vosso mundo interior, os vossos sentimentos e da vossa afetividade: não os deixeis fora; não vos fecheis em vós próprios, quando passardes por um momento de crise ou de fraqueza: falar sobre isto é próprio da humanidade. Abri-vos com toda a sinceridade aos vossos formadores, lutando contra todas as formas de falsidade interior. Aqueles que têm o rosto da Beata Imelda e no seu interior são um desastre: não, isto é falsidade interior. Não finjais que sois anjinhos, não! Cultivai relações humanas límpidas, alegres, libertadoras, plenas, capazes de amizade, capazes de sentimentos, capazes de fecundidade”.

1.4 A confiança como condição motriz para o crescimento

Se não há confiança no processo formativo pode-se cair em uma fantasia: o reitor faz de conta que forma e o formando faz de conta que é formado. Em algumas realidades este último enxerga o formador como um inimigo que pode dispensá-lo do Seminário, o que dificulta muito o processo formativo, pois existe uma grande chance de o formando procurar “esconderijos” para se esquivar do formador. Aqui mora o perigo da formação por aparência, em que o seminarista assume a “roupagem” que o formador ensina, mas não deixa que os ensinamentos lhe cheguem ao coração. Esse jovem pode até ser um “bom” formando, mas nunca será discípulo, pois o coração do discípulo deve se dilatar perante o mestre.

Em todo o processo de formação, o ambiente do Seminário e da pedagogia formativa deverão cuidar do clima de sã liberdade e de responsabilidade pessoal, evitando criar ambientes artificiais ou itinerários impostos. A opção do candidato pela vida e ministério sacerdotal deve amadurecer e apoiar-se em motivações verdadeiras e autênticas, livres e pessoais (*Documento de Aparecida*, n. 322).

O diálogo é uma escolha importante para lançar as bases do caminho da confiança. Essa escolha não pode ser meramente institucional, mas empática. Com isso, o formador coloca-se como companheiro no discernimento vocacional do formando, sem perder de vista sua responsabilidade de pastor. Não é aconselhável que o formador assuma a pedagogia de só apontar o caminho, é mais coerente a pedagogia do pegar pela mão e se pôr ao lado do formando, respeitando sua liberdade, colocando-se como suporte para que o jovem progrida no processo formativo.

Normalmente, a Igreja coloca um padre, obviamente ordenado, para conduzir o processo formativo. Apesar de parecer muito lógico, isso é de uma sabedoria impressionante, pois o fato de o formador já foi formando, teoricamente, fica mais fácil para traçar uma pedagogia empática no processo formativo. Sabe-se que apesar das matérias teóricas serem importantes, a vivência é a grande mestra no conhecimento de uma realidade. Aqui é importante ressaltar que não é inteligente insistir num saudosismo do passado, mas é interessante preservar as práticas acertadas, com as devidas atualizações, e evitar os “erros” pretéritos.

1.5 Abertura ao processo formativo um desafio de autenticidade

As novas diretrizes da formação dos presbíteros do Brasil trazem uma preocupação especial com as formulações dos Planos de Formação dos Seminários, o que é muito importante, pois é fundamental pensar, amadurecer e solidificar um Plano de Formação. Esse plano deverá se propor a responder as demandas da formação em uma realidade particular, sendo iluminado pelas diretrizes da Conferência Nacional dos Bispos Brasileiros (CNBB) e da *Ratio Fundamentalis*⁹.

O plano de formação pode ser sublime, mas se o formando não se abrir ao processo não haverá eficácia prática, essa abertura é uma condição essencial para o bom êxito da formação (*Diretrizes para formação dos presbíteros da Igreja no Brasil*, n. 124), visto que esse descerramento não pode ser simplesmente teórico, mas deve brotar do coração. Para que isso seja possível, o processo inicial de discernimento deve ser feito com autenticidade. A diocese ou a casa religiosa deve deixar clara a sua proposta formativa e as exigências essenciais do processo (*Diretrizes para formação dos presbíteros da Igreja no Brasil*, n. 89-90). Talvez não tenha um sucesso em números, mas há grandes chances de ter resultado na autenticidade dos candidatos.

O Seminário ou a Casa de Formação deve ser vista como um lugar de discernimento e não como um ambiente de certezas. No decorrer da caminhada, o jovem pode descobrir que sua vocação não é o presbiterato ou que o seu chamado não é naquela diocese ou naquela comunidade religiosa. Portanto, para que isso aconteça, é preciso que haja autenticidade do formando, ele não é merocoadjuvante no processo formativo, mas sim protagonista (*Diretrizes para formação dos presbíteros da Igreja no Brasil*, n. 153).

Geralmente, ser coadjuvante é mais confortável, pois renuncia-se ao poder de escolha, colocando-o nas mãos de outrem (formador, Igreja, bispo, diocese, congregação etc.). Ser protagonista é assumir a responsabilidade da escolha que se fez com maturidade e autenticidade.

O seminário é o tempo de ser verdadeiros com nós mesmos, deixando cair as máscaras, artimanhas e aparências. Neste processo de discernimento, deixem que o Senhor trabalhe em vocês, que os fará pastores segundo o seu coração porque o

⁹ A *Ratio Fundamentalis Institutionis Sacerdotalis*, ou simplesmente *Ratio Fundamentalis*, é um documento publicado pela Congregação para o Clero que tem por finalidade orientar a estruturação do processo de formação presbiteral na Igreja Católica Romana. Esse documento é absorvido pelas Conferências Episcopais de cada país que elaboram suas Diretrizes para a formação presbiteral. A última *Ratio Fundamentalis* foi publicada no dia 08 de dezembro de 2016.

contrário é usar máscara, maquiarse, aparecer é coisa de funcionários, não de pastores do povo, mas de clérigos de Estado (Francisco, 2023)¹⁰.

Nesse processo, as renúncias são inevitáveis, pois fazem parte do amadurecimento da vocação. Não basta sonhar ou querer ser padre, é preciso se pôr no caminho formativo de forma consciente e responsável, uma vez que essa missão é para pessoas maduras.

2 Psicologia e formação presbiteral

Quando um jovem decide ingressar para o seminário em busca de encontrar a vontade do Criador sobre sua vida, aspirando realizar-se vocacionalmente no sacerdócio, ele cultiva dentro do seu coração sonhos, desejos, confiança de que dentro do seu projeto de vida irá encontrar a felicidade e o sentido de sua realização como pessoa. Daí inicia-se todo um processo de discernimento, fundamentado na dimensão espiritual, também torna-se necessário associar a esse processo um acompanhamento psicológico, ajudando o jovem a encontrar dentro de si as respostas para suas questões existenciais, advindas de seus traumas, e/ou dificuldades humanas que o impedem de lançar-se integralmente no processo formativo, alcançando, assim, o objetivo proposto.

Santos afirma que o jovem que ingressa no seminário é oriundo da sociedade, e traz consigo as marcas de sua história de vida e de seu processo de desenvolvimento psíquico¹¹. Através de seus estudos, ele concluiu que a formação no seminário, por mais eficiente que seja, não consegue atingir as fragilidades psíquicas, sendo necessárias intervenções específicas de profissionais da saúde mental. Para o autor, é urgente o cuidado na formação inicial, pois as dificuldades psicológicas não nascem, necessariamente, no seminário, e as fragilidades não identificadas, e, por isso, não trabalhadas antes, poderão se manifestar e se agravar posteriormente. Quando não tratadas, essas inadequações e desajustes emocionais podem ecoar para além da formação, podendo se estender até mesmo para sua vida enquanto sacerdote.

Corroborando com essa ideia, Dominiguez diz que o vocacionado não chega como uma “tábua rasa”, a sua percepção pela vocação vem de sua história pessoal na qual já existem muitas experiências e projetos planejados, alguns inclusive com projeto de vida

¹⁰VATICAN NEWS. **O Papa:** o seminário é o tempo de ser verdadeiros, deixando cair as máscaras. Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/papa/news/2023-03/papa-francisco-encontro-seminaristas-calabria-tempo-mascaras.html>. Acesso em: 10 abr. 2023.

¹¹ SANTOS, J.C. **A saúde Mental dos Ministros Ordenados** – II. Padre José Carlos. Disponível em: <https://padrejosecarlos.com.br/noticia/a-saude-mental-dos-ministros-ordenados-ii/>. Acesso em: 15 nov. 2021.

profissional ou afetivo, outros alimentados pelos desejos dos pais desde a infância ou pelas suas próprias experiências (Domíniguez, 2010, p. 26-38). Assim, alguns experimentarão a imensidade da vocação, já outros sentirão inadequação de si mesmos.

Além dos aspectos de sofrimentos psicológicos, é necessário ainda trabalhar o processo de maturação dos jovens seminaristas, trazendo reflexões para o autoconhecimento, de forma que permita viver a vocação na plenitude. Para além da formação espiritual, emergem as necessidades emocionais. Nesse sentido, é fundamental a presença de um profissional da saúde mental para auxiliar no desenvolvimento.

Segundo Ramírez, a Igreja tem mudado sua posição em relação à psicologia no processo formativo, publicando nas últimas décadas documentos orientativos (Ramírez, 2013, p. 43-53). Sobre essa temática, o documento “Orientações para a utilização das competências psicológicas na admissão e na formação dos candidatos ao sacerdócio”, da Congregação para a Educação Católica, traz a importância do profissional da psicologia no processo de formação, ressaltando que os psicólogos podem contribuir para diagnósticos de algum tipo de transtorno mental, tratamento de feridas emocionais, como também trazer apoio para o desenvolvimento das qualidades humanas, sobretudo aquelas essenciais para o exercício do ministério, de forma a sustentar o jovem iniciante no seu caminho para uma posse mais segura das virtudes morais, favorecendo conhecimentos sobre sua própria personalidade, contribuindo para superar, ou para tornar menos rígidas as resistências psíquicas¹².

Anterior a isso, já se percebia uma preocupação sobre o processo de formação humano. O Concílio Ecumênico Vaticano II (1962 – 1965), no Decreto *Optatam Totius*, afirma que não se pode prescindir da psicologia, juntamente com a pedagogia e a sociologia, como um caminho de ajuda para a educação na maturidade humana.

Recentemente, em janeiro deste ano, o Papa Francisco, em conversa com o psicólogo Salvo Noé (autor do livro “Medo como dom”), afirma que é muito útil a presença da psicologia no seminário. Uma vez iniciado o processo vocacional, é necessário avaliar todos os aspectos do jovem, como o modo de vida, a sanidade mental e as relações interpessoais, afirmando que: “[...] é melhor perder uma vocação do que arriscar um candidato inseguro”,

¹²CONGREGAÇÃO PARA A EDUCAÇÃO CATÓLICA. **Orientações para a utilização das competências psicológicas na admissão e na formação dos candidatos ao sacerdócio**. Disponível em: https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc_con_ccatheduc_doc_20080628_orientamenti_po.html. Acesso em: 10 maio 2023.

complementando “[...]o seminário não é um refúgio para tantas limitações que possamos ter, nem um refúgio para falhas psicológicas”¹³.

No entanto, em vez de descartar, levando em consideração a humanidade, pode ser dada ao jovem a oportunidade de observar a motivação, os receios e as frustrações que o ajudarão no discernimento vocacional. O acompanhamento psicológico baseado em técnicas reconhecidas cientificamente pode contribuir para que o seminarista tenha a possibilidade de cuidar da sua saúde mental e resolver rupturas internas e, como consequência, a possibilidade de um presente funcional e de um futuro com mais qualidade de vida e escolhas mais adaptativas e corretas.

2.1 Contextualizando o EMDR

Eye Movement Dessensitization and Reprocessing, ou simplesmente EMDR, é uma sigla em inglês que significa: Dessensibilização e Reprocessamento através de Movimento Ocular, é uma abordagem psicoterapêutica, desenvolvida em 1987, nos Estados Unidos, pela Psicóloga Francine Shapiro, que descobriu esse modelo de terapia a partir da sua própria experiência; em uma caminhada, passando por um parque, percebeu que, ao olhar para as árvores que tinham em ambos os lados do caminho, o movimento dos olhos de um lado para o outro lhe trazia calma e os pensamentos perturbadores desapareciam, como assim descreve:

Percebi que quando os pensamentos perturbadores vinham à minha mente, meus olhos começavam espontaneamente a mover-se com grande rapidez para lá e para cá, em diagonal. Os pensamentos desapareceram e quando eu os trouxe de volta à mente, sua carga negativa havia sido reduzida. [...] Minha excitação crescia à medida que começava a ver os benefícios potenciais desse efeito (Shapiro, 2007, p. 27).

Shapiro, estudiosa da neurociência, quis entender o porquê desse efeito, passou a pesquisar e fazer testagens, descobrindo sua grande eficácia de dessensibilizar, criando a abordagem que ela chamou de EMD – Dessensibilização através de movimentos oculares. Nos anos seguintes, o procedimento foi desenvolvido e elaborado de forma a se tornar um método psicoterapêutico eficaz e reconhecido, sendo recomendado pela Organização Mundial de Saúde como umas das psicoterapias mais indicadas para o tratamento de traumas (Carvalho, 2017, p. 11).

¹³ FRANCISCO, Papa. **O Papa: o medo freia a alma, o antídoto é a proximidade às pessoas.** Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/papa/news/2023-01/papa-medo-freia-alma-antidoto-proximidade-livro.html>. Acesso em: 28 mar. 2023.

A psicóloga norte americana fez o primeiro estudo controlado no mesmo ano da descoberta com os sobreviventes da guerra do Vietnã, vítimas de estupro e abusos, os quais sofriam pelas sequelas do trauma, tendo sintomas de *flashbacks*, sobressaltos, medos, distúrbios do sono pensamentos intrusivos e suicidas (Shapiro, 2007, p. 28).

A autora pôde observar muitas respostas positivas aos estudos realizados, levando a um aprimoramento do processo. Percebeu que não acontecia somente a dessensibilização, ou seja, a memória ficar menos incômoda, como também o reprocessamento, novas formas adaptativas surgiam, levando-a a rebatizar o estudo de EMDR (Dessensibilização e Reprocessamento através de movimentos oculares), o que ela considerou muito mais que uma simples modificação do nome, mas uma mudança de paradigma e de perspectivas a que a abordagem chegaria.

Recentemente, Theresien Bartoňová, religiosa da Congregação das Irmãs da Misericórdia de São Carlos Borromeu, falou sobre sua experiência com a prática do EMDR no trabalho com traumas complexos. Atualmente, tem levado ajuda aos soldados feridos da Guerra da Ucrânia. Em sua fala, traduz sua satisfação com a abordagem:

Uma bela experiência a nível humano, porque descobrimos que se tivermos de enfrentar realidades trágicas, somos capazes de nos ajudar reciprocamente. A solidariedade pode fazer crescer flores de bondade e beleza, inclusive nas situações mais dolorosas que atravessamos (Bartoňová, 2022)¹⁴.

Inicialmente, a abordagem era focada na resolução de sequelas provocadas pelo Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), como abusos, estupro, assaltos, outros tipos de violência, acidentes, desastres naturais e guerras. Além disso, atualmente, observamos a grande eficácia e resultados positivos no tratamento dos transtornos de ansiedade, depressão, fobias, luto, dependência química, doenças psicossomáticas, dor crônica e até mesmo desempenho para o futuro. Apesar da sigla trazer a definição por meio de movimentos oculares, o procedimento pode ser realizado através da estimulação tátil ou auditiva, sendo comprovados os mesmos efeitos que o movimento pelo olho traz.

Ao aplicarmos o estímulo visual, auditivo e/ou tátil, estimulamos a rede onde ficou presa a lembrança dolorosa (Carvalho, 2013, p. 37). Dessa forma, dá-se um “arranque” necessário ao mecanismo que restaura a capacidade de processamento do sistema, permitindo

¹⁴ BARTOŇOVÁ, T. **Religiosa psicoterapeuta ajuda pessoas a superar traumas, como os da guerra na Ucrânia**. Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/igreja/news/2022-11/projeto-sisters-historia-theresien-bartonova-sao-carlos-borromeu.html>. Acesso em: 03 mar. 2023.

a busca de informações em outras redes neurológicas nas quais o paciente pode encontrar o que precisa para compreender o que lhe aconteceu.

As duas redes onde estão arquivados o trauma e as informações úteis à compreensão trabalham juntas num tipo de associação livre que Shapiro definiu como Processamento Adaptativo de Informação (PAI). A autora explica que os movimentos bilaterais utilizados na Psicoterapia de EMDR imitam, de certa forma, o que acontece enquanto dormimos, o movimento rápido ocular, sono REM, etapa fundamental, pois é nesse momento que as memórias são processadas e o conhecimento é consolidado. Esses movimentos asseguram que os dois hemisférios do cérebro assumam um papel ativo durante o trabalho de reprocessamento (Croitoru, 2014, p. 13-35).

Cada série de movimentos continua soltando a informação perturbadora e acelera essa informação através de um caminho adaptativo até que os pensamentos, sentimentos, imagens e emoções tenham se dissipado e sejam espontaneamente substituídos por uma atitude positiva.

O tratamento completo envolve um protocolo de três frentes: memórias do passado, distúrbios do presente e ações futuras, as quais são necessárias para aliviar os sintomas e abordar o quadro clínico completo. O propósito da terapia com EMDR é processar completamente as experiências que estão causando problemas e incluir novas experiências que sejam necessárias para a saúde integral.

Esse processo dá-se a partir de protocolos específicos desenvolvidos pela autora e por outros EMDRistas que foram desenvolvendo novos mecanismos com o avançar das pesquisas e evidências científicas. Shapiro diz que é fundamental que esses mecanismos sejam abordados de forma integral, levando em consideração o relacionamento terapêutico apropriado, com a utilização de protocolos de acordo a demanda do paciente, considerando o cuidado antes de lançar mão da técnica (Shapiro, 2007, p. 85).

2.2 Protocolo Clássico do EMDR

Aqui abordaremos o Protocolo Clássico, composto por oito fases, que Francine Shapiro definiu como fases essenciais para o tratamento psicoterapêutico. A primeira fase consiste na anamnese, momento em que o paciente partilha sua história e o psicoterapeuta identifica os alvos a serem trabalhados. Na segunda fase há uma preparação, na qual é feita a apresentação e instrução sobre a aplicação da abordagem, bem como a instalação de recursos

positivos para ajudar o paciente a enfrentar momentos difíceis que possam surgir dentro ou fora da sessão.

Na terceira fase é realizada a avaliação das imagens, das crenças, das emoções e das sensações vinculadas à memória perturbadora. Nessa fase usa-se também um referencial de escalas *Subjective Unit of Disturbance Scale* (SUDS), que medem de 0 a 10 o grau de perturbação e permitem acompanhar a resolução à medida que a técnica é aplicada; e a escala Validade de Cognição (VOC) permite acompanhar a crença positiva que se deseja instalar, medindo de 1 a 7. Na quarta fase dá-se início aos estímulos para que o cérebro possa reprocessar, resultando na dessensibilização da situação abordada.

A quinta fase concentra-se na reestruturação cognitiva, substituindo crenças negativas por positivas que poderão levar o paciente a encontrar percepções mais adaptativas. Na sexta fase é feita a checagem da existência ou não de perturbações, seguindo para a sétima com instruções específicas sobre o que se pode esperar entre uma sessão e outra. Na oitava fase é feita a reavaliação do alvo trabalhado na sessão anterior, podendo ser retomado ou passado para novos alvos (Shapiro, 2007, p. 103-127).

Através de um modelo estruturado, tendo início, meio e fim, é importante salientar que não é somente a fala que deve ser valorizada para se ter bons resultados nesse modelo de psicoterapia, pois a cura acontece através do cérebro, o que parece ser simples quando se fala de movimentos bilaterais. Essa terapia é capaz de transformar e resgatar a pessoa para uma vida saudável. Para Shapiro, ao trabalhar as situações que moldam a maneira como nos vemos, também mudamos a forma como vemos os outros (Shapiro, 2015, p. 15-34). Logo, os relacionamentos, os trabalhos ou o que queremos fazer movem-se para uma direção positiva.

Vale ressaltar, corroborando com a proposta da criadora, a importância de ser montado um plano de tratamento; de conhecer as metas do paciente e identificar as quebras e rupturas, pois tudo isso facilita na identificação do fator inicial que levou ao sofrimento, tornando-se alvo a ser tratado. Nesse sentido, ao mesmo tempo em que existe uma intervenção psicológica, mostra-se o respeito ao paciente, valorizando seu desejo de quais pontos pretende reestruturar em sua vida.

É notada a importância de resolver questões do passado, para permitir a resolução de dificuldades atuais, no sentido de saber lidar melhor com possíveis desafios que possam surgir, ou seja, lembrar sem causar tanto sofrimento; pois o passado não pode ser modificado, mas é possível mudar a interpretação do que é acessado na memória após o reprocessamento que possibilitará uma reorganização do conteúdo neuronal. Assim, o EMDR, através de suas

estratégias clínicas, permite a reparação de memórias e sentimentos que no inconsciente ficaram inacabados.

O EMDR quebra o paradigma de que psicoterapia é apenas para falar de coisas ruins, mas resgata lembranças boas e instalações de crenças positivas. Outro fator importante observado na leitura é a escala de alta, que permite uma avaliação para ter a certeza de que todos os aspectos apresentados foram resolvidos. O paciente percebe que as mudanças vão surgindo e as coisas começam a se encaixar. Aparece, então, a sensação de liberdade e confiança em si mesmo, permitindo viver em plenitude.

3 Como o EMDR pode contribuir na formação

Como já citado, o jovem, ao adentrar no seminário, traz consigo, além do anseio de buscar a formação almejando o presbitério, seus costumes, medos, sonhos, marcas tanto positivas, quanto negativas. Estas, por sua vez, podem causar algum desajuste emocional ou resistência à convivência e abertura ao processo.

As resistências emocionais e psicológicas, na maioria das vezes, são moldadas de acordo com as experiências vividas ao longo da vida¹⁵. Segundo Shapiro, as experiências adversas da infância (ACE), sendo o estudo epidemiológico de experiências traumáticas ou eventos que ocorrem durante a infância, iniciado em 1985 pelo Dr. Vicent Felitti, mostram que traumas como: abuso físico, verbal e sexual; negligência física e emocional; uso de substâncias psicoativas pelos cuidadores; maus tratos domésticos; familiar preso; problemas mentais na família; perda dos pais por divórcio, morte ou abandono, aumentam de forma considerável para problemas futuros (Shapiro, 2007, p. 77).

Para Carvalho, as igrejas estão repletas de pessoas com sofrimento emocional, e cada uma responde de uma forma diferente (Carvalho, 2002, p. 11). Algumas sofrem em silêncio pelo medo de serem rejeitadas por abordar suas feridas, outras acabam transparecendo e são orientadas a permanecerem na oração, mas muitas vezes faz-se necessária a procura de ajuda para a cura emocional, pois, não tratar as feridas traz a ideia de que esse é o ciclo do cristão: aceitar e carregar sua “cruz”.

Algumas pessoas são afetadas por eventos negativos e conseguem processá-los por conta própria, usando seus próprios recursos; outras desenvolvem problemas psicológicos, geralmente pelos quais os eventos traumáticos ou dificuldades emocionais trazem uma grande

¹⁵ Cf. GRUPO TRAUMACLINIC / EMDR Treinamento & Consultoria. **Estudo ACE (Experiências Adversas da Infância)**—Esly Carvalho, Ph.D. Youtube, 06 abr. /2018. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Saf65wkzQgY>. Acesso em: 02 jul. 2021.

perturbação, através de imagens assustadoras e intrusivas, *flashbacks*, pesadelos, crenças limitantes, pensamentos negativos, medos, evasão, entre outros.

Carvalho afirma ainda que um dos maiores obstáculos para o crescimento espiritual é a falta de saúde emocional. Para a autora, o trauma e o pecado andam juntos e somente o tempo, muitas vezes, não é capaz de trazer a cura (Carvalho, 2002, p. 37-47). Com isso, os traumas vão criando “farpas” que podem ser reproduzidas e atingindo quem convive por perto.

Segundo Shapiro, quando um trauma ou um evento doloroso ocorre, fica bloqueado no sistema nervoso juntamente com a imagem original do que o ocasionou (Shapiro, 2007, p. 63). A natureza disfuncional das memórias perturbadoras, incluindo a forma de como são armazenadas, permite que crenças e afetos negativos do passado penetrem na vida da pessoa, causando-lhe prejuízos e, conseqüentemente, atingindo ao seu grupo de convivência. Acrescentando, Carvalho afirma que as lembranças difíceis mantêm suas vítimas presas aos “fantasmas” do passado, desenvolvendo fobias, terrores e ansiedades (Carvalho, 2017, p. 9).

Gomes explica que essas experiências podem causar estresse tóxico por meio da ativação prolongada do sistema de resposta ao estresse, o sistema límbico, por meio das amígdalas (Gomes, 2021, p. 29). Isso pode causar um intenso estado de hipervigilância, aumentando o nível de cortisol nos circuitos cerebrais, contribuindo para desgastes emocionais e físicos constantes, sendo que o sistema de fuga e luta permanecem ligados e atuantes o tempo todo.

Nesses casos, a ajuda psicológica é fundamental para uma nova contextualização do se refazer como pessoa. Sendo assim, o reprocessamento das memórias perturbadoras por meio da Psicoterapia EMDR possibilita que os afetos e as cognições, positivas e fortalecedoras, difundam-se pelas memórias associadas por toda a rede neuronal, levando a pessoa a comportamentos espontâneos e apropriados.

No contexto do seminário, dentro da perspectiva da Psicoterapia de EMDR, o jovem é acolhido na sua totalidade, levando em consideração sua história de vida, seus anseios, suas dificuldades, bem como seus potenciais, o que permite traçar um plano terapêutico que possibilita trabalhar as dificuldades ocasionadas por experiências mal adaptativas, que trazem aos seminaristas algum tipo de desajuste emocional e de comportamento; além de aprimorar o autoconhecimento, o autocuidado e as melhorias com sua autoestima e com as habilidades sociais.

Além do tratamento individualizado, esse modelo de terapia permite também o trabalho em grandes e/ou pequenos grupos (Nolasco, 2023, p. 26), o que favorece na

contemplação a toda a casa de formação. As intervenções são feitas a partir de protocolos grupais, elaborados com base em pesquisas e comprovações científicas.

Em 2022, após ter escutado testemunhos sobre a eficácia da abordagem no tratamento de traumas, abusos, desastres, confrontos e, sobretudo, nas intervenções humanitárias, o Papa Francisco convidou a Presidente de EMDR da Europa, Dra. Isabel Fernandez, para explicar sobre o método. O Pontífice demonstrou-se impactado positivamente pelo sucesso científico e terapêutico do método. Na ocasião, encorajou e abençoou a missão dos Psicoterapeutas de EMDR por trazer alívio e cura às tantas experiências dolorosas que marcam a história de cada ser humano¹⁶.

Para Guz, o EMDR está apoiado em bases neurocientíficas, que em sua amplitude pode ser caracterizada como uma psicoterapia breve focada em situações pontuais, para tratar eventos únicos ou situações mais abrangentes, trazendo soluções na esfera individual ou relacional da pessoa (Guz, 2017, p. 48). Levando em consideração resultados, comprovações científicas e práticas clínicas, o EMDR pode contribuir para a formação dos jovens seminaristas trazendo alívio às dificuldades vividas, aprimoramento para as ações futuras, favorecendo, dessa maneira, o discernimento e vivência vocacional.

O acompanhamento é sugerido como necessário desde o início da caminhada, ainda no Propedêutico. Dessa forma, permite que o jovem iniciante trabalhe suas demandas trazidas de suas experiências de vida, como dificuldades e anseios, bem como trabalhar possíveis dificuldades adaptativas que possam surgir. Essa intervenção deve levar em consideração os seguintes objetivos:

1. Favorecer a integridade moral e a saúde mental, considerando o jovem como um ser humano, não só no aspecto espiritual, mas também correlacionando aopsicossocial;
2. Oferecer suporte psicológico aos que se encaixam em algum tipo de sofrimento mental ou que desejam se aperfeiçoar na sua totalidade humana;
3. Ajudar no reprocessamento de memórias dolorosas e perturbadoras, a fim de diminuir a perturbação mental e os conflitos internos;
4. Contribuir no processo de formação, fortalecendo crenças e vínculos positivos, favorecendo uma caminhada efetiva e um futuro sacerdócio que satisfaçam a necessidade e a compreensão para os cuidados com o próximo.

Além de beneficiar o próprio seminarista, há uma contribuição para a formação, dentro dos limites éticos, respeitando o sigilo das informações dos atendidos (*Código de Ética*

¹⁶ EMDR. It. **L'associazione EMDR in udienza da Papa Francesco**. Disponível em: <https://emdr.it/lassociazione-emdr-in-udienza-da-papa-francesco/>. Acesso em: 16 maio 2022.

Profissional do Psicólogo, art. 9). Nesse processo pode ser promovido um diálogo com a equipe de formação para que as necessidades sejam encaminhadas para as possíveis intervenções, com o cuidado individualizado e/ou grupal, a partir da elaboração e conceitualização dos casos.

No processo de formação, além da espiritualidade, deve-se haver uma preocupação e sensibilidade com a condição humana, para que o trabalho em conjunto favoreça seminaristas e futuros sacerdotes certos de suas escolhas, e conseqüentemente, um ministério saudável.

Conclusão

Este trabalho teve como propósito apresentar a relação entre psicologia e formação presbiteral, com o enfoque nas contribuições da terapia EMDR no processo formativo. Partindo do pressuposto de que os candidatos ao presbiterato estão inseridos na sociedade, foi pertinente fazer um breve aprofundamento na compreensão do contexto social atual, tendo como baliza o pensamento de Bauman.

O sociólogo polonês constata que as mudanças têm se tornado cada vez mais rápidas e instantâneas na contemporaneidade. A partir dessa percepção, ele elabora e constata a fragmentação do sujeito que não consegue encontrar sentido naquilo que parecia sólido no passado. Acrescentamos a isso a customização das relações, sendo que, com a ditadura do consumo até as relações humanas, se tornaram um produto. Isso desemboca na necessidade de uma atualização constante para adaptar-se a este novo cenário em constante mudança que gera ansiedade nas pessoas.

Neste contexto, o seminário pode se tornar um lugar seguro para “fugir” da liquidez do mundo, uma espécie de “tábua de salvação”. Mas isso é arriscado, pois os seminaristas vêm da sociedade e vão retornar para ela como presbíteros. Por isso, estudar e entender a realidade fora do seminário faz-se imprescindível para um bom desenvolvimento do processo formativo.

Consideramos que seja importante levar em consideração que o processo formativo não começa com o ingresso do jovem no Seminário, mas sua vida pregressa é parte relevante de sua formação. Com isso, observamos que alguns comportamentos apresentados no decorrer da formação têm sua origem na infância do candidato, em sua relação com os seus familiares, por exemplo. Nesse caso, é preciso ir à origem do problema e não ficar só no sintoma, caso contrário ele retornará de outra maneira no futuro.

Entendemos que a psicologia pode auxiliar na busca das causas dos problemas apresentados pelos seminaristas. Vimos que o próprio Magistério da Igreja recomenda o uso da psicologia no processo formativo. Não propomos que o candidato seja julgado pelo viés psicológico, mas ajudado com as ferramentas que a psicologia oferece. O psicólogo não deve tomar o lugar do formador, do bispo/superior, mas auxiliá-los na formação do presbitério, para que seja discípulo de Jesus.

Dentro da vastidão de métodos que há na psicologia, escolhemos falar da terapia EMDR, não porque queremos descartar as outras metodologias, mas por encontrarmos nessa terapia um caminho prático para ajudar os formandos na superação das experiências traumáticas que eles carregam consigo.

O processo terapêutico não é um truque de mágica. Por isso, a abertura e a seriedade do formando são essenciais para o bom êxito da terapia. Quem inicia um processo terapêutico com o intuito de enganar o terapeuta ou o formador, na realidade, está enganado a si mesmo. Outro ponto importante é que a terapia não pode ser imposta, mas sugerida. Uma imposição gera bloqueio na pessoa, o que pode ocasionar um efeito reverso. Todavia, é interessante observar se a não ida à terapia é um sinal de maturidade ou de fuga.

Na elaboração do projeto de formação presbiteral é aconselhável convidar um ou mais profissionais da psicologia para encaixar de forma sincrônica o acompanhamento psicológico no seminário. Caso contrário, corre-se o risco de fazer da terapia um protocolo que deve ser cumprido para se tornar presbítero e não um caminho de amadurecimento humano.

O Seminário é um lugar de discernimento. Por isso, não é válido temer que a terapia possa levar o seminarista a desistir do processo formativo. Se essa for a decisão do jovem e se for tomada com maturidade, o seminário cumpriu seu papel de local em que o ser humano, como uma semente, amadurece e torna-se discípulo.

Em suma, este trabalho não busca ser a palavra definidora que aponta a solução para os desafios no processo formativo nos seminários. Aqui propomo-nos a apontar um caminho que pode auxiliar na formação de presbíteros, discípulos de Cristo.

Referências

BARTOŇOVÁ, T. **Religiosa psicoterapeuta ajuda pessoas a superar traumas, como os da guerra na Ucrânia**. Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/igreja/news/2022-11/projeto-sisters-historia-theresien-bartonova-sao-carlos-borromeu.html>. Acesso em: 03 mar. 2023.

BAUMAN, Zygmunt. **Em busca da política**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2000.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

CARVALHO, E. R. **Saúde emocional e vida cristã**. Viçosa: Ultimato, 2002.

CARVALHO, E. R. **Curando a galera que mora lá dentro**: Como o EMDR pode curar nossos papéis internos. 2. ed. Brasília: EMDR Treinamento e Consultoria, 2013.

CARVALHO, E. R. S. **Ruptura e Reparação**: o desenvolvimento de um processo terapêutico com Terapia EMDR. Brasília: TraumaClinic, 2017.

CONFERÊNCIA NACIONAL DOS BISPOS DO BRASIL. **Diretrizes para formação dos presbíteros da Igreja no Brasil**. Brasília: CNBB, 2019.

CONGREGAÇÃO PARA O CLERO. **O dom da vocação presbiteral: Ratio Fundamentalis Institutionis Sacerdotalis**. Brasília: CNBB, 2017.

CONSELHO EPISCOPAL LATINO-AMERICANO. **Documento de Aparecida**: Texto conclusivo da V Conferência Geral do Episcopado Latino-Americano e do Caribe. Brasília, São Paulo: CNBB, Paulinas, Paulus, 2007.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de Ética Profissional do Psicólogo**. Brasília: CFP, 2005.

CROITORU, T. **A Revolução EMDR**: Mude sua vida, uma memória de cada vez, guia do cliente. Brasília, TraumaClinic, 2014.

DECRETO OPTATAM TOTIUS. Disponível em: https://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_decree_19651028_optatam-totius_po.html. Acesso em: 12 fev. 2023.

DOMÍNIGUEZ, L.M.G. **Discernir o Chamado**. São Paulo: Paulus, 2010.

EMDR. It. **L'associazione EMDR in udienza da Papa Francesco**. Disponível em <https://emdr.it/lassociazione-emdr-in-udienza-da-papa-francesco/>. Acesso em: 16 maio 2022.

FRANCISCO, Papa. **Discurso do Papa Francisco à Comunidade Do Pontifício Seminário Regional Das Marcas Pio XI**. Disponível em: https://www.vatican.va/content/francesco/pt/speeches/2021/june/documents/papa-francesco_20210610_seminario-ancona.html. Acesso em: 30 maio 2023.

FRANCISCO, Papa. **O Papa**: o medo freia a alma, o antídoto é a proximidade às pessoas. Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/papa/news/2023-01/papa-medo-freia-almantidoto-proximidade-livro.html>. Acesso em: 28 mar. 2023.

GOMES, J. F. B. **Desatando nós, construindo laços**: A terapia EMDR com crianças. Brasília: TraumaClinic, 2021.

CONGREGAÇÃO PARA A EDUCAÇÃO CATÓLICA. **Orientações para a utilização das competências psicológicas na admissão e na formação dos candidatos ao sacerdócio**.

Disponível em: https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc_on_ccatheduc_doc_20080628_orientamenti_po.html. Acesso em: 10 maio 2023.

GRUPO TRAUMA CLINIC / EMDR Treinamento & Consultoria. **Estudo ACE (Experiências Adversas da Infância)**—Esly Carvalho, Ph.D. Youtube, 06 abr. 2018. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=SAf65wkzQgY>. Acesso em: 02 jul. 2021.

GUZ, S. **Atualizações em EMDR: EMDR: breves considerações**. 2. Ed. São Paulo: Hyria, 2017.

NOLASCO, A. **EMDR Um Novo Alcance: Abordagem Psicoterapêutica de Dessensibilização e Reprocessamento por meio de movimentos oculares**. Rio de Janeiro: Vermelho Marinho, 2023.

RAMÍREZ, J. R. P. **Psicologia e Formação: A psicologia aplicada à formação sacerdotal e à vida consagrada**. Aparecida: Santuário, 2013.

SANTOS, J.C. **A saúde Mental dos Ministros Ordenados – II**. Padre José Carlos. Disponível em: <https://padrejosencarlos.com.br/noticia/a-saude-mental-dos-ministros-ordenados-ii/>. Acesso em: 15 nov. 2021.

SHAPIRO, F. **Deixando o seu passado no passado**. Brasília: TraumaClinic, 2015.

SHAPIRO, F. **EMDR Dessensibilização e Reprocessamento através de Movimentos Oculares: princípios básicos, protocolos e procedimentos**. Brasília: Nova Temática, 2007.

VATICAN NEWS. **O Papa: o seminário é o tempo de ser verdadeiros, deixando cair as máscaras**. Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/papa/news/2023-03/papa-francisco-encontro-seminaristas-calabria-tempo-mascaras.html>. Acesso em: 10 abr. 2023.